

Heti étlap 2021.05.03. - 2021.05.07.

		hétfő	szerda	csütörtök	péntek
(00483) Gyermek (7-14)	Tízórai	Tea , Vaj, Méz, Kenyér	Tea , Kenyér , Margarin, Szalámi	Kifli, Kakaó	Körözött, Kenyér , Tea
		Energia: 203,29 Kcal / 849,75 KJ	Energia: 137,45 Kcal / 574,54 KJ	Energia: 393,88 Kcal / 1 646,42 KJ	Energia: 330,49 Kcal / 1 381,45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		1,01 g 7,10 g 3,38 g	2,71 g 2,61 g 0,67 g	15,08 g 9,58 g 5,07 g	14,45 g 9,34 g 3,42 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	33,48 g 28,08 g 0,11 g	25,48 g 19,98 g 0,25 g	61,38 g 19,98 g 0,34 g	46,64 g 19,98 g 79,36 g	
	Ebéd	Gyümölcs leves, Majorannás pulyka tokány, Párolt rizs	Tojás leves, Székelykáposzta	Csontleves, Sárgaborsó főzelék, Sült csirkecomb	Bableves, Milánói makaróni
		Energia: 2 654,69 Kcal / 11 096,60 KJ	Energia: 13 163,70 Kcal / 55 024,27 KJ	Energia: 974,53 Kcal / 4 073,54 KJ	Energia: 1 257,78 Kcal / 5 257,52 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		112,04 g 56,10 g 12,76 g	153,53 g 1 066,88 g 385,11 g	67,13 g 28,46 g 4,11 g	60,97 g 42,91 g 13,56 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
419,99 g 0,00 g 5,15 g	767,44 g 0,00 g 199,26 g	111,57 g 0,00 g 12,15 g	155,36 g 6,40 g 7,57 g		
Uzsonna	Zsíros kenyér, Lilahagyma	Zsemle, Margarin, Párizsi	Péksütemény	Túró Rudi, Magvas kifli	
	Energia: 248,72 Kcal / 1 039,65 KJ	Energia: 223,05 Kcal / 932,35 KJ	Energia: 235,26 Kcal / 983,39 KJ	Energia: 142,73 Kcal / 596,61 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	8,62 g 0,81 g 0,00 g	7,45 g 5,80 g 1,34 g	4,35 g 0,30 g 0,00 g	5,64 g 5,97 g 0,00 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
51,43 g 0,00 g 1,17 g	34,98 g 0,00 g 1,31 g	53,08 g 23,98 g 0,00 g	15,67 g 0,00 g 0,19 g		



Heti étlap 2021.05.03. - 2021.05.07.

		hétfő	szerda	csütörtök	péntek
(00483) Gyermek (7-14)	Uzsonna				

.....
Élelmezési osztv.

.....
Vezet dietetikus

.....
Gazdaságvezet

